



在佛教文化里，专心吃饭也是禅。

本报记者体验南岳衡山宗教文化旅游新方式——

禅·夜

摄影: 今日女报 / 凤网记者 吴小兵
文: 今日女报 / 凤网记者 肖丽 周媛晖

“禅是什么? 禅是中国传统文化的一部分, 是生活的方式和态度。”11月20日晚, 位于南岳衡山脚下的千年古刹祝圣寺, 南岳佛教协会常务副会长宗显法师为二十余位媒体记者解读“禅·夜”的意义。这是祝圣寺“禅夜”夜间参访活动(以下简称“禅·夜”)的首次开营, 该活动预计在每个周末举行, 将成为南岳着力打造的特色宗教文化旅游项目。

2016年恰逢南岳佛教协会成立六十周年, 而南岳佛教, 在中国佛教史、尤其是中国禅宗史上有着不可替代的地位。在一个举国上下呼唤文化自信的时代, 如何让传统文化的精髓适应现代社会发展的需要, 更鲜活地传承下去? 这无疑是一个值得深思的问题。对此, 南岳给出的答案是: 基于此间存续千年的禅宗文化, 借南岳佛教协会成立六十周年的契机, 推出系列宗教文化旅游体验活动——除“禅·夜”外, 还包括“千年修行路, 弘禅护法心”南

岳佛教协会成立六十周年纪念晚会、书画图片展开展仪式、南岳佛教文化研究院座谈会、南台寺“护佑苍生, 瞻礼舍利”启动仪式、三德讲堂讲经活动、禅意人生修炼营等活动。

从古至今, 寺庙通常夜间不开放, 少有人能体会这番禅林夜境; 而现代社会, 都市人的夜间生活常常在灯红酒绿的喧嚣中度过, 少有人能坐下来静心思考。千年古刹, 体验禅夜, 与自我对话, 也是与生命对话。

在灯光的勾勒下, 祝圣寺山门、大雄宝殿、罗汉堂等建筑庄重祥和。参加活动的媒体记者们合十、止语, 由法师带领, 踏实地迈开每一步, 穿过幽宁的寺廊, 步伐轻下来, 心也慢慢平静下来。

是的, 原本, 这就是一场关于活在当下的体验——走路的时候专心走路, 吃饭的时候专心吃饭, 安坐的时候专心安坐, 制心一处, 无事不办。禅就这么简单, 生活就这么简单。



药石(吃饭)之前, 先学仪规。



祈福。



静下来, 听法师说禅。



暗夜中, 灯火通明的祝圣寺更显庄严。



脚步匆匆, 却是为了让心更加安静。